Filipino

PAG-USAPAN PO NATIN!

www.pagusapan.com

البشرى
مجلة لنتحاور – ملحق مجلة البشرى باللغة الفلبينية

Year 9, Issue 70, 2016 IPINAMIMIGAY NG LIBRE

العدد ٧٠ – نوفمبر – ٢٠١٦ م



- Ang Lumalaking Agwat ng Mayaman at Mahirap
- Ang Mundo Kung Ating Pagmasdan



الفجوة المتزايدة بين الاغنياء والفقراء

Ang Lumalaking Agwat ng Mayaman at Mahirap



مشاهدة العالم

Ang Mundo Kung Ating Pagmasdan



قصص ملهمة

Inspirational Stories





المركز الكويتي الفلبيني الثقافي
Kuwait Philippine Cultural Center
UPANG TAYO'Y MAGKILALANAN ... لنتعارف



Kami po ay malugod na nag-aanyaya sa inyong pagbisita sa ating center sa Farwaniyah, Kuwait

ILAN SA MGA PROGRAMA NG KPCCenter: Pagtuturo ng wikang Arabik • Mga Pamamasyal at Paglilibang • Mga programang Pampalakasan • Mga kompetisyong Pangkultura • Mga seminar tungkol sa mga tradisyon at kaugaliang Kuwaiti • Seminar para sa mga Muslim na magpapakasal • Mga panayam tungkol sa mga okasyong pang-Islam, mga kapistahan at okasyong pambansa • Mga programa sa pakikipagtulungan sa Philippine Embassy sa Kuwait • Pag-iimprinta ng mga aklat, pamphlets, booklets, tracts, magazines at iba pa.

Year 9
Issue 70
2016

Editor: Ullessis Faeldin Abaya, (965) 95592382, ullessis@yahoo.com, Columnists: Joselito Tabing, Issa Mohammad Tragua, Brother Muhammad F. Sumaway, Ustad Abubaidah Salud Satol, Ustad Wahibie Tamama, Ustad Muslimin Palami Bhiruar, Sister Sarah Mailyn Rodriguez, Sister Elisea Um Ismael Vallado, Ustadza Pahima Guiabal, Ustadza Halima Mantawil, Photographers: Gervin Callo, Alvin Baltazar, Laurencio Bulosan, Jr. Designer: Noushad Mangalathop Publisher: Kuwait Philippine Cultural Center, Farwaniya, Block 1, Streets 74 corner 72, Bldg. 12, Tel. 24712574, 24756796, Fax: (965) 24712574(102), Hotline: 97802777 kpccenter.com, pagusapan.com, Chief Patron: Mohammad Ismail Al-Ansari, General Director: Fahad Mohammad Al-Shimary

Ang Pag-usapan Po Natin! Filipino Magazine ay ang official publication ng KPCCenter. Ang Kuwait Philippine Cultural Center ay isang kalipunan, isang kongregasyon, at isang center kung saan nagtatagpo ang mga layunin para sa kaunlaran sa pamamagitan ng pakikipag-ugnayan sa mga Filipino sa Kuwait, ano man ang kanilang relihiyon, tribo, at kasarian. Ang layunin nito ay upang makapagtatag ng isang sentrong pangkultura at pang-edukasyon upang tangkilikin ang lahat ng mainam na kultura at mga anyo ng edukasyon. Ito rin ay nakikipagkasundo, at lahat ng mga gawain nito ay sa pamamaraang tuwiran at katamtamang pakikitungo, na nag-aanyaya sa lahat upang sama-samang makapagtatag ng bukas na mga talakayan tungkol sa lahat ng aspeto ng pamumuhay.

Para sa mga komento at mga katanungan, mag-e-mail sa: abaya@alnajat.com.kw, or ullessis@yahoo.com

Ang Lumalaking Agwat ng Mayaman at Mahirap



"Mas maraming pagsulong ang nagawa na sa pagbabawas ng pangglobong karalitaan sa nakalipas na limang dekada kaysa noong nakalipas na limang siglo," sabi ng UNDP Today, isang lathalain ng United Nations Development Programme. "Nabawasan nang kalahati ang dami ng namamatay na mga bata sa papaunlad na mga bansa mula noong 1960, nabawasan nang sangkatlo ang malnutrisyon at tumaas naman nang sangkapat ang nagpapatala sa paaralan." Gayunman, inamin ng lathalain ding ito na sa kabila ng pagsulong na ito, ang pangglobong karalitaan ay "laganap pa rin."

Mas masahol pa, ang kawalang-katarungan sa loob at sa pagitan ng mga lipunan ay lumalago. "Kung ihahambing sa nakaraang taon," sabi ni Catherine Bertini, executive director ng UN World Food Programme, "marami pang tao sa daigdig ang dumaranas ng malnutrisyon at gutom." Sa katunayan, mga 840 milyong tao sa papaunlad na daigdig ang sa kasalukuyan ay patuloy na nagugutom, mahigit sa isang bilyon ang walang makuhang malinis na tubig na maiinom, at halos 1.5 bilyong tao ang nagtitiis sa wala pang isang dolyar sa isang araw. Nagbababala si Mary Robinson, UN High Commissioner for Human Rights, na "tayo'y nanganganib na umabot sa punto na ang daigdig ay mahahati hindi sa pagitan ng papaunlad at maunlad na mga estado, kundi sa pagitan ng labis na maunlad at hindi na kailanman uunlad pa [na mga estado]."

> **"Ang daigdig ay mahahati hindi sa pagitan ng papaunlad at maunlad na mga estado, kundi sa pagitan ng labis na maunlad at hindi na kailanman uunlad pa na mga estado**

Magkano kaya ang gagastusin ng kasalukuyang pandaigdig na pamayanan na may anim na bilyon katao upang mapaliit ang agwat ng mayaman at mahirap? Hindi kasinlaki ng maaaring akalain ng isa. Tinataya ng UN na kakailanganin ang karagdagang $9 na bilyon ($1.50 sa isang tao) taun-taon upang makapaglaan ng sanitasyon at malinis na tubig sa buong daigdig at na karagdagang $13 bilyon (mga $2.00 sa isang tao) taun-taon ang kakailanganin upang maibigay ang pangunahing kailangan sa kalusugan at nutrisyon para sa bawat isa sa lupa. Bagaman ito'y napakalaking halaga, waring kakarampot lamang ito kung ihahambing sa ginugugol ng daigdig sa ibang mga serbisyo. Bilang paglalarawan, sa loob ng isang taon kamakailan, ang daigdig ay gumugol ng $435 bilyon (mahigit sa $70 sa isang tao) sa pag-aanunsiyo at $780 bilyon ($130 sa isang tao) sa mga bagay na pangmilitar. Maliwanag, ang pagpapaliit sa agwat ng mayayaman at mahihirap sa daigdig ay hindi naman nakasalalay nang malaki sa pagkuha ng sapat na pondo kundi sa kung ano ang dapat na unahin. (Gumising!) ■

Ang Mundo Kung Ating Pagmasdan



SWITZERLAND: Sinasabi ng isang pag-aaral sa Switzerland na ang mga taong mahigit 60 anyos ay 14 na porsiyentong mas malamang na mamatay sa kanilang birthday kaysa sa ibang araw. Sa kanilang birthday, ang mga tao sa pangkalahatan ay 18 porsiyentong mas malamang na mamatay dahil sa atake sa puso, ang mga babae ay 21 porsiyentong mas malamang na maistrok, at ang mga lalaki naman ay 35 porsiyentong mas malamang na magpakamatay. Ipinapalagay ng mga siyentipiko na dahil sa stress at alak, lalong dumarami ang nagpapatiwakal at naaaksidente. Pero tutol sa pag-aaral na ito ang ilang eksperto. Naniniwala silang pagkakamali lang na nagkapareho ang araw ng kapanganakan at kamatayan ng mga taong iyon.

ESTADOS UNIDOS: Pinasok kamakailan ng tatlong pasipista—isang 82-anyos na madre at dalawang kasama niya na edad 63 at 57—ang isang lugar sa Oak Ridge, Tennessee, na kinalalagyan ng 100 toneladang sangkap na ginagamit sa paggawa ng mga sandatang nuklear. Nagsulat sila ng mga islogan na kontra sa digmaan sa isa sa mga gusali. Ang kapabayaan sa seguridad sa 'dapat sana'y isa sa pinakaguwardiyadong pasilidad sa mundo' ay inilarawan ni Energy Secretary Steven Chu bilang "lubhang nakababahala."





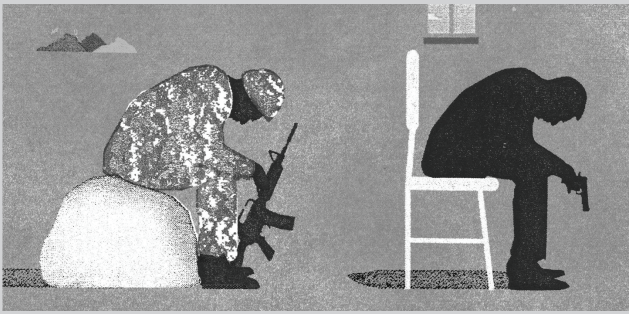
ISRAEL: Kumpara sa magagandang babae, ang mga lalaking guwapo ay mas malamang na interbyuhin kapag naglagay sila ng litrato sa kanilang résumé. Bakit? Sinasabi ng mga mananaliksik sa Israel na ito'y dahil ang mga human resource department—na nagpapasiya kung sino ang iinterbyuhin—ay halos binubuo ng mga babae. Ayon sa The Economist, ang "di-katanggap-tanggap" na paliwanag ay na naiinggit ang mga babae sa magagandang aplikante.

CHINA: "Halos kalahati ng mga babaing wala pang 30 anyos na dumayo para magtrabaho ang nabubuntis nang di-kasal, kung kaya biglang dumami ang bilang ng mga [Tsinong] dalagang-ina kung ihahambing sa nagdaang henerasyon," ang ulat ng China Daily. Sinasabi rin na 'mas tanggap na sa lipunan ng mga Tsino ang pagsasama nang di-kasal.'





AUSTRALIA: Inutusan ng pinakamataas na hukuman sa bansa ang mga kompanya ng tabako na alisin ang mga pagkakakilanlang kulay at logo mula sa mga pakete ng sigarilyo. Ang lahat ng ibebentang sigarilyo ngayon ay dapat na nasa mga paketeng kulay dark-brown na may nakapangingilabot na litratong nagpapakita kung gaano kapanganib ang paninigarilyo.



ESTADOS UNIDOS: Araw-araw, mahigit 20 dating miyembro ng hukbong sandatahan ng Estados Unidos ang nagpapatiwakal. Buwan-buwan, mga 950 beteranong tumatanggap ng pangangalaga mula sa U.S. Department of Veterans Affairs ang nagtatangkang magpatiwakal.

GREECE: Muling lumitaw ang malarya, isang sakit na halos napawi na sa bansang ito noong 1974. Isinisisi ito sa kahirapan ng buhay at sa pagbabawas ng badyet para sa kalusugang pambayan.





INDIA: Ipinakikita ng isang surbey na sa kabila ng malalaking pagbabago sa lipunan, 74 na porsiyento ng mga tinanong ang mas gusto pa rin ang ipinagkasundong pag-aasawa kaysa sa pagpili ng sariling mapapangasawa. At 89 na porsiyento naman ang mas gustong manirahan kasama ng iba pang kamag-anak sa halip na kasama lang ng mga magulang at kapatid nila.

ITALY: “Mahina na ang [Katolikong] Simbahan, kapuwa sa mayamang Europa at sa Amerika. Luma na ang ating kultura, malalaki ang ating simbahan, walang-laman ang ating mga kumbento at pumangit ang pamamalakad ng Simbahan, ang ating mga ritwal at kasuutan ay mapagparangya. . . . Ang Simbahan ay 200 taon nang napag-iwanan ng panahon.”—Interbyu sa Katolikong kardinal na si Carlo Maria Martini, inilathala ng Corriere della Sera pagkamatay ng kardinal.





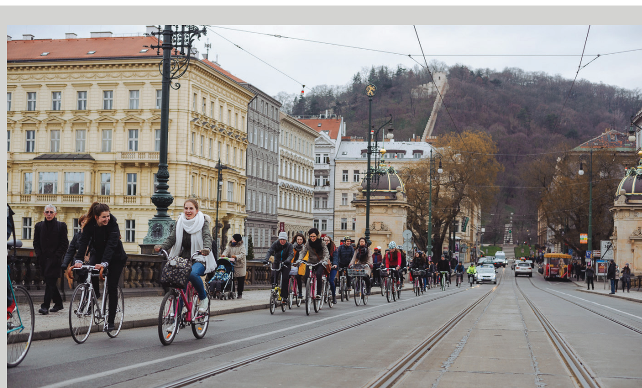
BRITAIN: Sa isang isinagawang pag-aaral ng mga siyentipikong Britano gamit ang simulated driving, natuklasan nilang mas mabagal ang reaksiyon ng mga drayber na sinisipon kaysa sa mga nakainom.

DEMOCRATIC REPUBLIC OF CONGO: Ang Aprika ay dumaranas ngayon ng tinatawag ng ilan na “pinakamatinding” pagpatay sa libu-libong elepante taun-taon dahil sa kanilang garing, o ivory. Sa isang insidente, ilang elepante ang may tama ng baril sa tuktok ng ulo, anupat maliwanag na binaril ang mga ito mula sa isang helikopter.



AUSTRALIA: Kalahati sa mga korales ng Great Barrier Reef ang namatay sa nakalipas na 27 taon. Sinisisi ng mga siyentipiko ang malalakas na bagyo, paninira ng crown-of-thorns starfish [Acanthaster planci], at ang pamumuti ng mga korales dahil sa pagtaas ng temperatura sa karagatan.





ITALY: Noong 2011 sa Italy, mas mabenta ang bisikleta kaysa sa kotse. Ang ilang posibleng dahilan ay ang krisis sa ekonomiya, presyo ng gasolina, at gastusin sa pagmamantini. Samantala, ang bisikleta ay mas madaling mantinihin, mas madaling gamitin, at mas kumbinyente.

GERMANY: Noong 2012, ipinasiya ng isa sa pinakamatataas na hukuman sa Germany na ang mga taong pormal nang tumiwalag sa relihiyon na kinikilalang pampublikong korporasyon ay hindi na puwedeng makibahagi sa mga gawain ng relihiyong iyon. Ang mga Katolikong pormal na tumiwalag sa kanilang simbahan, at sa gayo'y hindi na nagbabayad ng buwis sa simbahan, pero nakikibahagi pa rin sa mga gawain ng kanilang relihiyon ay maaaring pagbawalang mag-Komunyon, mangumpisal, humawak ng mga katungkulan, at baka nga hindi pa bigyan ng misa bago ilibing.





JAPAN: Sa mga batang naging biktima ng krimen dahil sa mga social networking site, 63 porsiyento ang hindi nabigyan ng babala ng kanilang mga magulang tungkol dito. Sa 599 na kasong siniyasat, 74 na porsiyento ng diumano'y nambibiktima ang umaming ginagamit nila ang mga site na ito sa layuning makipag-sex sa mga menor-de-edad.

JAPAN: Ipinakikita sa isang pag-aaral ng mga siyentipikong Hapones na kapag ang isa ay pinupuri, napupukaw ang isang bahagi ng utak na nagiging dahilan ng "pagkadama ng kaligayahan." Waring pinatutunayan nito na ang pagbibigay ng papuri ay isang magandang paraan para mapasigla ang mga tao na lalong pagbutihin ang kanilang ginagawa.





ITALY: Sa isang surbey, sinabi ng mga Italyano na, sa katamtaman, nakikipaglaro sila sa kanilang mga anak sa loob ng 15 minuto araw-araw. Sinabi ng La Repubblica na "1 lang sa bawat 5 magulang ang nag-iisip na ang paglalaro ay nakapagtuturo." Sa paglalaro, natutulungan ng mga magulang ang kanilang mga anak na madebelop ang imahinasyon ng mga ito at "matutong sumunod sa mga alituntunin," ang sabi ni Andrea Angiolino, isang propesyonal na designer ng mga board game.



CHINA: Sa pagsisikap na mapaluwag ang daloy ng trapiko, nililimitahan na ng malalaking lunsod ang bilang ng mairerehistrong bagong sasakyan. Halimbawa, sa Beijing, mahigit 240,000 lang ang mairerehistro taun-taon. Noong Agosto 2012, mga 1,050,000 ang sumali sa raffle na nagbigay ng 19,926 na sertipiko ng pagrerehistro. Ibig sabihin, 1 lang sa bawat 53 aplikante ang nanalo.



ESTADOS UNIDOS: Sa isang pag-aaral, halos sangkatlo ng mga tumatawid sa mga abaláng kalsada ang may pinagkakaabalahan—nakikinig sa musika, nakikipag-usap sa telepono, at iba pa. Ang pinakadelikadong pinagkakaabalahan ay ang pagte-text. Ang mga nagte-text ay 18-porsiyentong mas mabagal tumawid kaysa sa mga walang pinagkakaabalahan. At halos apat na ulit silang mas malamang na hindi sumunod sa traffic light, tumawid sa maling lugar, o tumawid nang hindi muna tumitingin sa kaliwa't kanan.

NIGERIA: Ang mga babaing ipinupuslit ng mga human trafficker mula sa Nigeria patungong Europa ay pinanunumpa sa mga dambana ng mangkukulam na juju para manahimik. Para maging sunud-sunuran ang mga babaing ito bilang mga sex slave, sinasamantala ng mga trafficker ang malaking takot ng mga ito na maparusahan ng mga espiritu.





SPAIN: Mula 5 hanggang 10 porsiyento ng mga matagal nang walang trabaho ang hindi naglalagay ng kanilang degree at propesyonal na karanasan sa kanilang résumé para hindi sila magmukhang overqualified.

ARTIKO: "Ang dami ng yelo tuwing tag-araw ay 25 porsiyento na lang kaysa noong nakalipas na 30 taon," ang sabi ni Peter Wadhams, propesor ng ocean physics sa University of Cambridge, Britain. Noong 2012, mga 50 barko ang nakapaglayag sa Northern Sea Route na puwede nang daanan dahil sa pag-init ng globo.





True Story

A doctor entered the hospital in hurry after being called in for an urgent surgery. He answered the call as soon as possible, changed his clothes and went directly to the surgery room. He found the boy's father pacing in the hall waiting for the doctor.

On seeing him, the father yelled: "Why did you take all this time to come? Don't you know that my son's life is in danger? Don't you have any sense of responsibility?"

The doctor smiled and said: "I am sorry, I was not in the hospital and I came as fast as I could after receiving the call...... And now, I wish you'd calm down so that I can do my work"

"Calm down! What if your son was in this room right now, would you calm down? If your own son dies now what will you do?" said the father angrily.

The doctor smiled again and replied: "I will say what Job said in the Holy Book, "From dust we came and to dust we return, blessed be the name of God." Doctors cannot prolong lives. Go and intercede for your son, we will do our best by God's grace"

"Giving advises when we're not concerned is so easy," murmured the father.

The surgery took some hours after which the doctor went out happy.

"Thank goodness! Your son is saved!" And without waiting for the father's reply he carried on his way running. "If you have any questions, ask the nurse!"

"Why is he so arrogant? He couldn't wait some minutes so that I can ask about my son's situation," commented the father when seeing the nurse minutes after the doctor left.

The nurse answered: "His son died yesterday in a road accident. He was in the burial when we called him for your son's surgery. And now that he saved your son's life, he left running to finish his son's burial." *(by Mir, sunnyskyz.com)*



By LEE CANETE



Ang Pagbabalik

IKA-SIYAM NA YUGTO – MARAMING SALAMAT KUYA

Dumaan ang ilan pang araw, ganun at ganun ang naging sitwasyon namin ni Chandrika, nakakulong sa maliit at mabahong kwarto, hahatiran lang ng pagkain na halos ay hindi na namin makain dahil sa sobrang hirap na nararamdaman ng aming katawan. Lahat ng pagkakataon ay ginugugol namin sa paguusap sa maliit na butas sa pagitan ng aming kwarto. “Marina, I want to die!” laging sinasabi sa akin ni Chandrika. “How can we escape from here? I want to see my children.” Napapaiyak na lang ako sa mga sinasabi nya, dahil gaya nya ay ganun din ang tanging inaasam asam ko, ang makalaya sa kinasasadlakan naming impyerno, makauwi at makapiling muli ang aking mga anak.

Nagulantang ako isang umaga sa malalakas na kalabugan at sigawan na gumising sa akin. Mga sumisigaw na kalalakihan, mga arabo ang kanilang salita. Maya maya’y biglang bumukas ang pintuan ng kwarto ko. Mga pulis na Kuwaiti, may kasamang mga Pilipino at dalawang Pinay. Sa likuran nila ay natanaw ko si Kuya, ang pinoy na minsan ay napunta sa lugar na ‘yun. Ang kumausap sa akin at pinagsabihan ko ng nangyaring bangungot sa buhay ko. Ang taong hindi inisip ang sariling kapakanan bagkus ay nagpunta pala sa Embahada at isinuplong ang nangyayari sa bahay na ‘yun. Isang ngiti ang nakita ko sa labi ni kabayan na wari’y sinasabi sa akin na ligtas na ako. Ginantihan ko ng pagbigkas ng maraming salamat ang ngiti nyang iyon.

Sa labas ng building, andun ang tatlong lalaking nagkulong at bumaboy sa aking pagkatao, nakaposas at nakaluhod habang bantay ng mga pulis. “Marina”, nilingon ko ang pinanggalingan ng tawag at nakita ko si Chandrika, katulad ko ay lubos din syang pumayat sa labis na hirap na dinanas. Patakbong tinungo ko sya at niyakap ng mahigpit, nag-iyakan kaming parang mga bata. Magkahalong awa, galit, at tuwa ang mga luhang pumapatak sa aming mga mata.

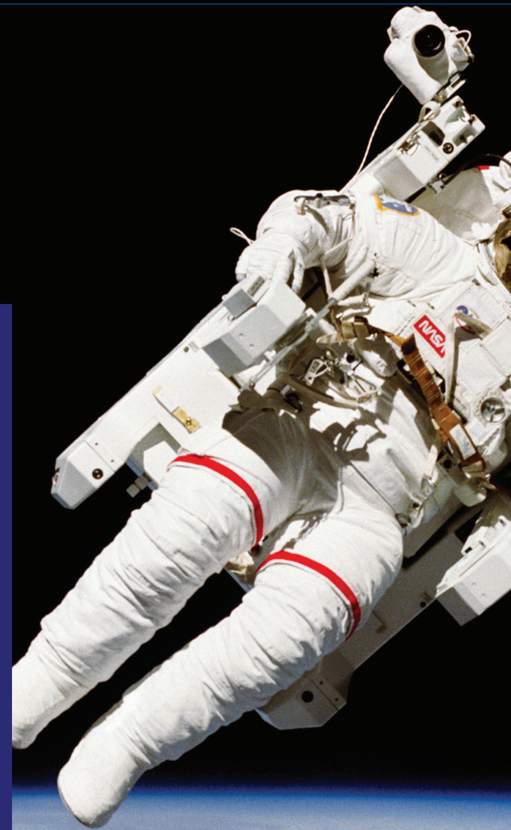
Bago kami isinakay sa sasakyan ng mga Pilipinong nagligtas sa amin, na nalaman kong mga taga Embahada pala, ay muli kong hinanap si kuya. Nilapitan ko sya at niyakap ng mahigpit, at umiiyak na ang tanging nasambit ay…”MARAMING SALAMAT KUYA”, maigsi ngunit alam kong dama nyang ito ay nanggagaling sa aking puso. Dahil sya ang nagsilbing daan upang kami ni Chandrika ay tuluyan ng makalaya sa bahay na kung tawagin nila ay “Casa”.

TO BE CONTINUED (gmanetwork.com/news/story) (Ang buong kwento ay makikita sa ating website: www.pagusapan.com)

PHILIPPINE EMBASSY KUWAIT. Al-Sadiq Area, Block 1, Street 101, Villa No. 816 & 817. www.philembassykuwait.gov.kw
PHILIPPINE OVERSEAS LABOR OFFICE (POLO). Hotline 99558527. Emails: polokuwait2012@yahoo.com / jabriyaowwkwt2011@gmail.com

Ullessis Faeldin Abaya





Ang Banal na Qur'an

Tungkol sa Tindi ng Hangin (Air Pressure)

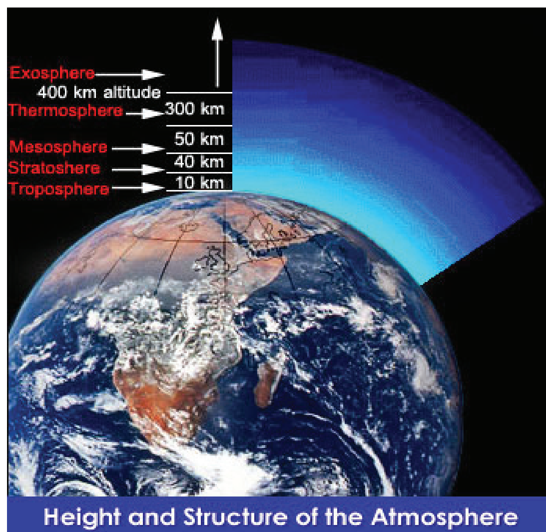


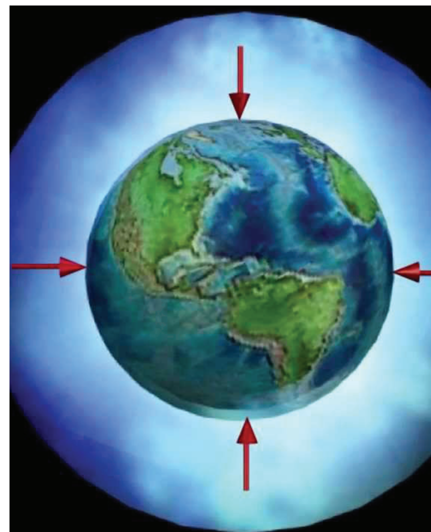
Ang Allah ay nagwika: "At sinumang naisin ng Allah upang patnubayan, Kanyang binubuksan ang kanyang dibdib sa Islam; at sinuman ang hinayaan Niyang maligaw, Kanyang ipinipinid at hinihigpitan ang dibdib nito, na tila ba siya ay umaakyat patungong himpapawid. Sa ganito inilalagay ng Allah ang poot sa mga di-naniniwala." (Qur'an 6:125)

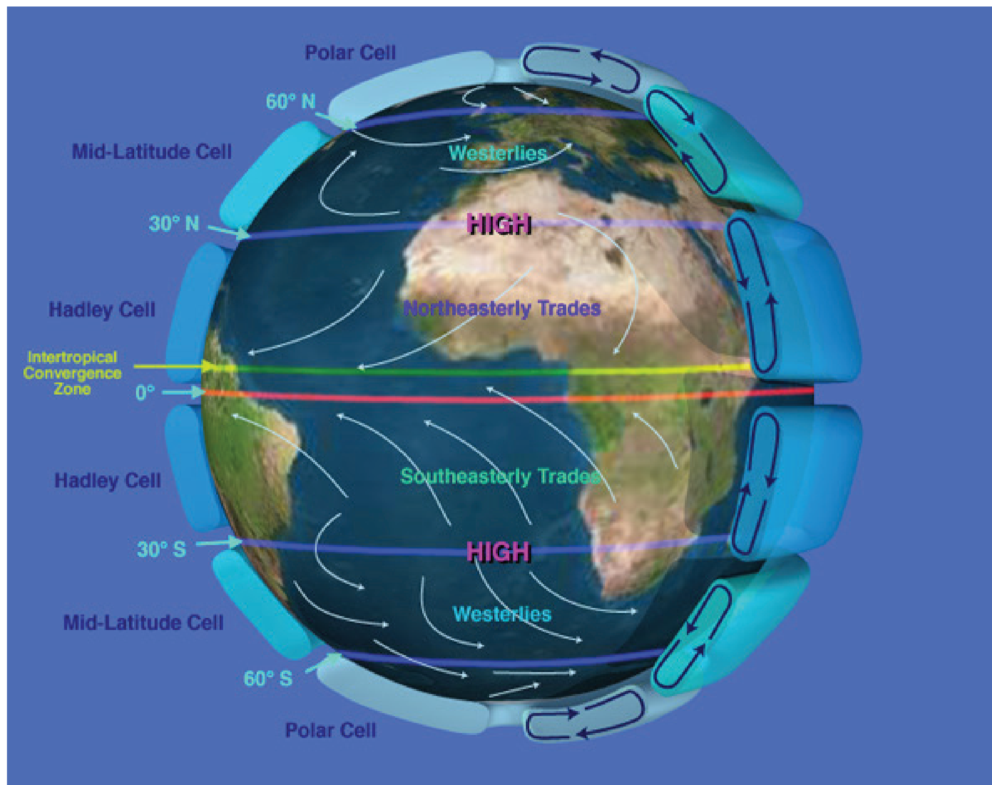
Mahihinuha sa talatang ito na habang ang isang tao ay patuloy na pumailanlang sa kalawakan, higit siyang mahihirapang huminga dahil sa kabawasan ng pressure at pagbaba sa antas ng oxygen. Ang mga bagay na ito ay hindi mapatutunayan ng sinuman malibang siya ay pumailanlang sa kalawakan. Ang kaganapang ito ay natuklasan lamang makaraang ang tao ay matuto sa paglipad sa pamamagitan ng makabagong sasakyang panghimpapawid at umabot sa mataas na lugar ng kalawakan.

Kapag ang isang tao ay pumailanlang sa kalangitan nang lampas sa walong kilometro mula sa kapantayan ng dagat o ang tinatawag na sea level, siya ay makararanas ng problema sa paghinga, dala ng kakulangan sa oxygen at mahinang air pressure. Ang kadalasang problemang









nakahaharap ay hypoxia – ang kakulangan ng dami ng oksiheno upang maabot ang himaymay ng katawan ng tao. Ang isa pang problema na maaaring makaharap ay dysbarism – isang sali-salimuot na sintomas sanhi ng paglantad ng katawan sa napakababa at mabilis na pagpapalit ng air pressure. Ang dalawang suliraning ito ay maaaring magpabago sa normal na paggalaw ng katawan ng tao. Kaya naman, ang kahirapan sa paghinga mula sa mataas na antas ay maaaring ipaliwanag nang payak katulad ng mga likas na hakbang na ginagawa ng katawan ng tao upang maprotektahan ang sarili nito. *(thekeytoislam.com)*

Sarah Mailyn Rodriguez

Capadocia, Inukit ng Hangin at Tubig

Nasa gitna ng mga libis sa Capadocia ang kakaibang "mga estatuwa" na yari sa bato, na nagsisiksikang gaya ng tahimik na mga tanod. Ang ilan ay nakakatulad ng higanteng mga tsiminea na ang taas ay 30 metro o higit pa. Ang iba naman ay mukhang higanteng mga apa ng sorbetes, obelisko, o kabute. Ang liwanag ng araw ay nagbibigay sa mga estatuwang ito ng iba't ibang magagandang kulay sa buong maghapon! Sa madaling-araw, ang mga ito ay mapusyaw na kulay-rosas. Sa katanghaliang-tapat, nagiging mapusyaw na kulay-garing ang mga ito, at nagiging kayumanggi na manilaw-nilaw naman sa paglubog ng araw.

Ang Capadocia sa rehiyon ng Turkey, ay nasa pusod ng Peninsula ng Anatolia, na nagdurugtong sa Asia at Europa. Ang rehiyong ito ay isang talampas kung wala ang dalawang bulkan nito. Libu-libong taon na ang nakalilipas, nagkaroon ng malalakas na pagsabog ang mga bulkan anupat natabunan ang rehiyon ng dalawang uri ng bato—matigas na basalto at malambot na tufa, isang mapusyaw na bato na nabuo mula sa tumigas na bulkanikong abo.

Dahil sa pagkaagnas ng malambot na tufa sanhi ng mga ilog, ulan,











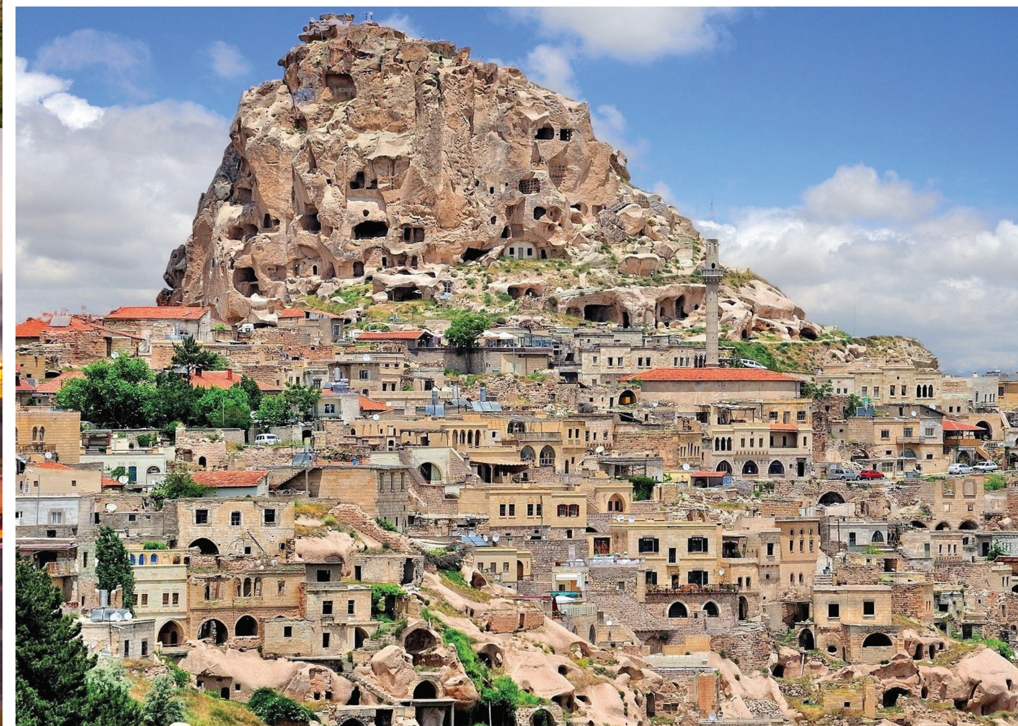




at hangin, nabuo ang malalalim na bangin. Nang maglaon, ang ilan sa mga dalisdis sa magkabilang panig ng malalalim na banging ito ay unti-unting nahati at naging di-mabilang na hanay ng mabatong mga kono, na nagbibigay sa lupain ng mga eskultura na hindi matatagpuan sa ibang bahagi ng daigdig. Ang ilan sa mabatong mga kono ay mukhang mga bahay-pukyutan. Ang mga tumatahan sa lugar na iyon ay umukit ng mga silid sa malambot na bato at gumawa ng mas marami pang silid habang lumalaki ang pamilya. Nasumpungan din nilang malamig ang mga tirahang ito tuwing tag-araw at mainit naman tuwing taglamig.

Ang mga naninirahan sa kuweba sa Capadocia ay malamang na mamumuhay nang nakabukod kung hindi sila nakatira sa mahalagang sangandaan ng sibilisasyon. Ang simple at inukit-sa-batong mga tirahan ng mga taga-Capadocia ay bagay na bagay sa napakasimpleng paraan ng pamumuhay ng mga Kristiyanong monghe. Habang patuloy na lumalaki ang kanilang komunidad, itinayo sa loob ng ilang mas malalaking kono ang kumpletong mga simbahan. Pagsapit ng ika-13 siglo, mga 300 simbahan na ang naiukit sa bato. Marami sa mga ito ang naingatan hanggang sa ngayon. Bagaman hindi na ginagamit ang mga simbahan at monasteryo, hindi gaanong nagbago ang istilo ng pamumuhay ng mga tao roon sa paglipas ng maraming siglo. Maraming kuweba ang nagsisilbi pa ring mga tirahan. Marami sa mga dumadalaw sa Capadocia ang namamangha kung paano ginawang kapaki-pakinabang na mga tirahan ng mapamaraang mga naninirahan doon ang likas na mga pormasyon.

(Ang Bantayan)



MAGTAWANAN TAYO

(Kung natawa ka na noon, tawa na ulit ngayon…)





Kinuha ng Pari si Juan as interpriter…………
Pari: The lord was crucified between 2 robbers.
Juan: Ang Hesus ay ipinako sa gitna ng 2 goma.
Pari: We need to sacrifice.
Juan: Kailangan natin ng 2 sakong bigas.
Pari: If we do not repent.
Juan: Kapag hindi natin pininturahan muli.
Pari: The wrath of God will come upon u.
Juan: Ang mga daga nang diyos ay pupunta sau..
Pari: Well well well
Juan: Balon balon balon

Inday: Pabili nga po…
Maarteng Tindera: What do you intend to buy in my store?
Inday: Can i have some liquid solution that was mixed evenly with organic and inorganic compound substances and had undergone fermentation and sealed inside a solid state of matter in a homogeneous mixture?
Maarteng Tindera: Ha?????
Inday: Softdrinks po!!!!!

Boy: Napuyat ako kagabi.
Girl: Bakit naman?
Boy: Nanaginip ka kasi, tapos nagsasalita ka.. puro pangalan ng mga lalake mo sinasabe mo.
Girl: Panu ka napuyat? …
Boy: Kakaintay ng PANGALAN ko.

Sumakay ng taxi ang hapon.
Nakakita siya ng Honda
Hapon: O Honda...Honda made from Japan, very very fast...
Nakakita siya ng Suzuki...
Hapon: O Suzuki....Suzuki made from Japan, very very fast...
Nakakita naman siya ng Toyota...
Hapon: Oh...Toyota, from japan also...very fast too...
Pagbaba niya ay siningil siya ng drayber ng 1 thousand.
Hapon: 1 thousand? Why so expensive?
Drayber: Taxi meter made from da Philippines, very very fast.

Boy: Baril ka ba?
Girl: Alam ko na yan dahil tinamaan ka sakin?
Boy: Hindi!
Girl: Eh ano?
Boy: Ang lakas ng putok mo!

Pedro: Ano ulam nyo?
Juan: Blanched green leafy veggie with crushed sweet tomatoes in sparkling salted sea food.
Pedro: Wow! Ang sarap nun.! Ano un?
Juan: Talbos ng kamote at bagoong na may pinisang kamatis.. Kayo Pedro, Ano ulam nyo?
Pedro: Fish fillet del el ninyo.
Juan: Wow sosyal! Ano yun?
Pedro: TUYO!

Juan: Oys, ano yan? Pinya? Pahingi naman dyan.
Pedro: Pahingi? Nasaan ka noong nagbubungkal ako ng lupa sa ilalim ng init ng araw? Nasaan ka noong nagtatanim ako habang kumukulog, kumikidlat at bumubuhos ang malakas na ulan? Nasaan ka noong oras na nag-aani ako na nagkalat ang maraming ahas sa dadaanan ko, noong naghihirap ako sa pagpasan ng pinya? Nasaan ka?
Juan: Nakakulong kasi ako noon! Nakapatay ako ng madamot!
Pedro: Ganun ba? Kuha ka na, kahit ilan! May langka pa doon!

Pedro: may ka eyebol ako mamaya, ano kaya itsura nya? Kasi sabi nya, may hawig siyang celebrity! “SHA” daw ang palayaw niya!
Juan: jackpot ka pare! Baka Shaina Magdayao o Sharon Cuneta!
(after eyebol, pedro went home…)
Juan: kumusta? Bakit malungkot ka yata?
Pedro: dioniSHA pare!dioniSHA!

GIRL: Ang puti ng bird mo!
BOY : Abasyempre! Likas papaya ata gamit ko dyan!
GIRL: Ginagamitan mo din ba ng downy yan?
BOY : Bakit, bango ba?
GIRL: hindi ang Lambot eh!

Send your Jokes to pagusapan@gmail.com



LET'S LEARN ARABIC

Lesson 57

Pagsasaling Titik	Kahulugan sa English	Salitang Arabik
Mā smuk	What's your name?	مَا اسْمُكَ؟
Ismi	My name is …	اسْمِي…
Lā ʾataḥaddaṯu l-ʿarabiyyah	I don't speak Arabic	لا أتَحَدَّثُ الْعَرَبِيّة
Ataḥaddaṯu al-ingilīziyyah	I speak English	أتحدث الإنجليزية
Ataḥaddaṯu qalilan min l-ʿarabiyyah	I speak a little Arabic	أتَحَدَّثُ قليلاً من الْعَرَبيّة
Lā ʾaʿrif	I don't know	لا أعْرِف
Lā ʾafham	I don't understand	لا أفْهَم
Naʿam	Yes	نَعَمْ
Lā	No	لا
Min faḍlik	Please	مِنْ فَضْلِك
Šukran	Thanks	شُكْرًا
Šukran jazīlan	Thank you very much!	شُكْراً جَزيلاً !
ʿAfwan	You're welcome!	عفواً!

Para sa mga Filipinong nais mag-aral ng Arabik, tumawag lamang sa KPCCenter, 24712574 ***or*** 24756796 ***extentions*** 112 ***sa mga babae, at*** 102 ***sa mga lalaki.***



By Dr. Willie T. Ong
(Internist-Cardiologist)

16 Stop Smoking Tips



1. Be prepared. Set your mind on a date when you decide to stop smoking.

2. Change your surroundings. Remove all cigarettes, lighters, ashtrays in your home and workplace. Remove everything that could remind you of smoking, such as magazines, T-shirts and ashtrays. Stay away from friends who tempt you to smoke. Go to non-smoking malls and restaurants.

3. Quit completely. Once you reach this quit date, don't think of smoking again. Not even a stick.

4. Avoid situations (called triggers) that tempt you to smoke. It could be a certain meal, a certain place or some people that give you the urge to smoke. Avoid them completely, especially during the first three months. It usually takes three months for you to overcome your dependency to nicotine.

5. Expect the first week to be the hardest. You will probably feel irritable, tired, and angry after you quit. But once you get over the hump, you will slowly feel better. The urge to smoke will still be there, but it's going to be more of a mental dependency rather than a physical dependency.

6. Stay strong. Don't give in to temptations. Every time you beat the temptation, you will be feel stronger later on.

7. Seek support from family and friends. Tell them you have stopped smoking, so they will know how to deal with you. Who knows, you might even inspire others to quit?

8. Visit your doctor often. Seek your doctor's help and counseling, especially if you are using quit-smoking aids and medicines.

9. Do new things. Start a new activity so you will forget the times when you were still smoking. Eat lunch in a different place. Get busy with a new project. Do something that will break your old routine. Be happy and renewed.

10. Pamper yourself. Take a hot shower, exercise, or read a book. Do something pleasant and enjoyable.

11. Drink 8-10 glasses of water a day. Take a sip or two of water when you start to feel the craving to smoke.

12. Get a regular exercise routine. Exercise three to five times a week, for around 30 minutes to an hour. Walking, swimming and sports activities are fine. Start slowly and increase your routine gradually. Exercise releases a "runner's high" and will lessen your urge to smoke.

13. Avoid drinking alcohol. Taking in alcohol lowers your success of quitting. Don't replace one bad habit with another.

14. Expect some weight gain. People who quit may gain around 5 to 10 pounds. That is why exercise and a healthy diet are important to control your weight. But don't use weight gain as an excuse to smoke again. The hazards of smoking are far more dangerous than a few pounds you can lose later on.

15. Take a break often and lighten your workload. Quitting can be a tiring process. Save your strength so you will have the willpower to stay clean.

16. Be prepared for temptations. Some people start smoking again within three months after quitting. Don't be discouraged. Many people need several attempts to quit before they finally succeed.

Remember, don't lose hope. Quitting may take some time but the rewards are tremendous. If you decide to stop smoking today, I guarantee that you will save yourself from a lot of heartaches and pain. ■

Um Ismael Elisea Vallado

Halaan soup

Iba't ibang Luto ng Mga Gulay



MGA SANGKAP:

1/3 kilong sariwang halaan
1 sibuyas
2 dahong sibuyas na mura
Kapirasong luya
Bawang
Mantikilya
Dahon o talbos ng sili
Asing pampalasa
Puting paminta

PARAAN:

1. Hugasang mabuti ang halaan.
2. Tadtarin ang sibuyas, murang sibuyas, at luya. Pitpitin ang bawang.
3. Tunawin ang mantikilya sa kaserola at igisa ang lahat ng sangkap.
4. Pakuluin sa tubig na katamtaman ang dami.
5. Idagdag ang dahong sili. Pagkulo at pagbuka ng halaan, asnan at pamintahan nang ayon sa panlasa.

Guisadong sopas na manok

MGA SANGKAP:

1 kutsarang mantika
2 kutsarang tinadtad na bawang
7 tasang sabaw ng manok
1 sibuyas, tinadtad
100 gram ng cut macaroni
Asin
Paminta, puti
Carrots
¼ cabbage, hiniwa ng pahaba at manipis
½ tasa ng lutong hinimay na manok
¼ tasa gatas evaporada

PARAAN:

1. Igisa sa mantika ang bawang at sibuyas.
2. Idagdag ang cut macaroni.
3. Ibuhos ang sabaw at pakuluin.
4. Lutuin hanggang lumambot.
5. Idagdag ang manok at gulay.
6. Timplahan ng asin at paminta.
7. Idagdag ang gatas.



(Source: Piling-piling Lutuing Pilipino, R.P.Nem Singh, G.V.Manaog;Isa-Jecho Publishing Inc.)



Ang Pagyakap ni Hamza bin Abdul Muttalib (ra) sa Islam



Sa kabila ng mapanglaw na kapaligirang puno ng maitim na mga ulap ng kasamaan at kalupitan, sumilay sa kapaligiran ang isang ilaw ng pag-asa para sa mga naaapi, ito ay ang pagyakap ni Hamza bin Abdul Muttalib(ra) sa Islam noong Dul Hijjah, sa ika-anim na taon ng pagkapropeta. Naitala na ang Propeta(saw) ay nakaupo isang araw sa burol sa Safa nang napadaan si Abu Jahl doon at pinagmumura ang relihiyon na ipinahayag niya. Si Muhammad(saw) kahit na ganoon, ay nanahimik at hindi nagsalita kahit isang kataga. Hindi napansing umalis si Abu Jahl, kumuha ng batong ipinukol niya sa ng Propeta(saw) na nasugatan at nagdugo. Umalis ang mang-aapi at nagpunta sa pinagtitipunan ng mga Quraish. Ang nangyari, pagkatapos na pagkatapos noon, si Hamza(ra) habang pabalik galing sa kanyang pangangaso ay napadaan din, ang kanyang busog(bow) ay nakabitin sa kanyang balikat. Isang babaing alipin na nakasaksi sa kagaspangan ni Abu Jahl na nakaupo kasama ang mga Quraish. Si Hamza(ra) ay nagpunta kay Abu Jahl at marahas na hinampas ang ulo nito ng kanyang busog at nagsabi, "Ah! Nilalapastangan mo si Muhammad, ako rin ay susunod sa kanyang relihiyon at maniniwala sa kanyang itinuturo." Sa katotohanan, ang pagyakap ni Hamzah(ra) sa Islam ay sanhi ng kanyang pagkamataas na hindi niya matanggap na may kamag-anak siyang inaapi. Sa kalaunan magkagayunpaman, nilinisan ng Allah ang kanyang kalikasan at nagawa niyang sunggaban ang pinaka-mapagkakatiwalaang mahigpit na pagkahawak, ang pananampalataya kay Allah. Napatunayang siya ang pinagmulan ng matibay na lakas ng pananampalatayang Islam at ng kanyang mga tagasunod.

(Mula sa "Ang Selyadong Nektar," ni Sheikh Safi-ur-Rahman alMubarakpuri)

Uztaz Wahibie Tamama





Ang Pamilya Pagkaraang Yumakap sa Islam

Tungkulin ng isang bagong Muslim sa sandaling siya ay yumakap sa Relihiyong Islam na kanyang patibayin ang kanyang mga pakikipag-ugnayan at kanyang pabutihin ang kanyang pakikitungo at pag-uugali sa lahat ng kanyang mga kakilala at mga kamag-anak, maging mga Muslim o bukod sa kanila. Samakatuwid, ang Islam ay hindi nag-aanyaya tungo sa paglayu-layo at paghihiwalay mula sa mga kamag-anak o mga malalapit na tao.

At ang pagmamagandang-loob sa mga tao at magandang pakikitungo sa kanila ay isa sa pinakamahusay na pamamaraan ng pagpapakilala at pag-aanyaya sa pananampalatayang Islam na siya ring dahilan ng pagkasugo sa Kanyang marangal na Sugo(saw) upang gawing ganap ang kagandahang asawa at pag-uugali.

At ang ating mga kasambahay at pamilya, sila ang unang dapat pakitaan ng magandang pag-ugali, pagpaparaya at marangal na pakikipag-ugnayan. At ito ang ilan sa mga Islamikong alituntunin na kakailanganin ng bagong Muslim sa kanyang pamilya.

Kapag yumakap sa Islam ang mag-asawa nang sabay, ang bisa ng kanilang kasal ay mananatili nang hindi nangangailangan ng pagbabago sa kasunduan ng kasal.

Nguni't hindi kabilang dito ang mga kalagayang sumusunod:

- Kung siya ay kinasal sa isa sa kanyang mga Mahram, [o bawal pakasalan] tulad ng kanyang ina, o kapatid na babae, o tiyahin sa kanyang ama, o tiyahin sa kanyang ina, kinakailangang sila ay paghiwalayin sa oras ng kanilang pagyakap sa Islam.
- Kapag siya ay kinasal sa isang babae at sa kapatid na babae nito, o sa isang babae at sa tiyahin nito sa ama, o sa isang babae at tiyahin nito sa ina. Dapat niyang hiwalayan ang isa sa kanila.
- Kapag siya ay yumakap sa Islam, kasama ng kanyang mga asawa, at ang kanyang mga asawa ay higit sa apat na babae: Sa gayon hindi ipinahihintulot sa kanya na panatilihin ang higit sa apat, samakatuwid siya ay nararapat na pumili ng apat mula sa kanila at hihiwalayan ang ibang natitira.

(Mula sa "Ang Gabay Para sa Bagong Muslim," by Fahd Salem Omer Bahammam)

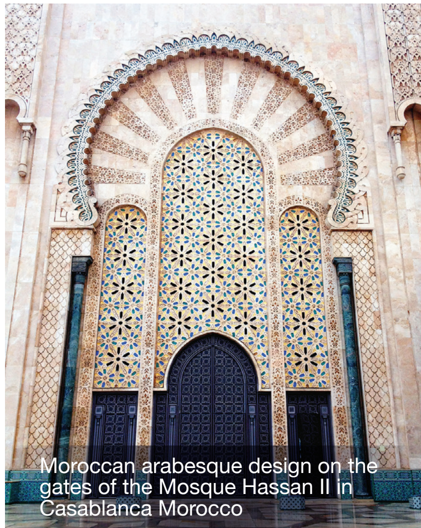


Ang Arabesque

Ang Arabesque ay isang pinabuting pagsasagawa ng kaligrapiya o kaya ay ang paulit-ulit na hugis ng heometriko na malimit ito ay nagiging alingawngaw ng mga anyo ng halaman at mga hayop. Ang Arabesque ay isang elemento sa sining ng Islam na pangkaraniwang matatagpuan natin sa palamuti ng mga bintana at pintuan ng mosque, bahay, pamilihan at motel. Ang pagpili sa heometrikong anyo na siyang ginamit at papaano ito isinasaayos ay ibinatay sa kahusayan ng isang Muslim na artistiko at ang pananaw ng mundo. Ang sining ng Arabesque ay malimit na pinaghalong kaligrapiya.



Giant arabesque pattern on the dome of the Sheikh Lotfallah Mosque, Isfahan, 17th century



Moroccan arabesque design on the gates of the Mosque Hassan II in Casablanca Morocco

Ang sining ng Arabesque ay malimit na ginagamit ang paulit-ulit na anyo ng heometriko, na sa loob nito ay may nakatagong kahulugan. Ang isa sa halimbawa nito ay ang payak na kudrado, na ito ay may apat na magkakapantay na hugis sa bawat sulok, ang gumawa nito ay pinagsisikapang ipakilala ang simbolo ng pantay-pantay na kahalagahan ng mga elemento ng kalikasan; lupa, hangin, apoy at tubig. Ang paikot na hugis, ay naglalarawan ng walang-hanggang kaisahan ng Tagapaglikha. ■



Stone relief with arabesques of tendrils, palmettes and half-palmettes in the Umayyad Mosque, Damascus



Islamic relief panel from Medina Azahara, Córdoba, Spain, c. 940

(source: Fanar Qatar Islamic Cultural Center, fanar.gov.qa)

Ang Palikpik ng Balyenang Humpback

ANG adultong balyenang humpback ay mas malaki at mas mabigat kaysa sa isang bus. Pero kahanga-hanga ang liksi ng dambuhalang mamalyang ito kapag nagda-dive at lumalangoy sa tubig. Bakit napakaliksing lumangoy ng balyenang humpback? Ang isang dahilan ay ang mga uka sa kaniyang palikpik.

PAG-ISIPAN ITO: Ang unahang gilid ng mga palikpik ng karamihan sa mga balyena at iba pang cetacean ay makinis. Pero iba ang sa balyenang humpback dahil mayroon itong malalaking uka (tinatawag na mga tubercle). Kapag lumalangoy ang humpback, ang tubig ay dumaraan sa mga uka at nababasag kung kaya nakalilikha ng maraming vortex. Nakokontrol ng mga uka ang daloy ng tubig anupat lumilikha ng alimpuyo. Dahil sa nagagawang ito ng mga tubercle, mas mabilis na nakalalangoy paitaas ang balyena, anupat naiaangat niya nang husto ang kaniyang mga palikpik nang hindi bumabagal ang kaniyang paglangoy. Nakakabawas din ito sa paghatak ng tubig, na malaking bentaha para sa mahahabang palikpik ng balyena, na bawat isa'y mga sangkatlo





ng haba ng kaniyang katawan.

Pinag-aaralan ng mga mananaliksik kung paano magagamit ang konseptong ito para makagawa ng mas mahuhusay na timon ng barko, turbinang pinaaandar ng tubig, windmill, at elisi ng helikopter.

Ano sa palagay mo? Ang palikpik ba ng balyenang humpback ay resulta ng ebolusyon? O may nagdisenyo nito?

(Gumising!)



11 Reasons Why Every Muslim Should Travel

As a Muslim Travel Writer living in challenging times, I've come to see travel in a completely different light; as an education and spiritually transformative experience. I also now understand why travel is encouraged by Islam. But what I don't understand is the lack of Muslims willing to travel. And before you bombard me with your messages and selfies from Dubai and Sharm, let's make clear that a package holiday in a touristic location where all your expectations and creature comforts are met is not 'travel'. That would be a holiday. I believe all Muslims should really travel, the proper independent stuff and here are eleven reasons why:

1. The Hajj (or Umrah). Travel is integral to many 'spiritual' aspects of Islam. Most notably the pilgrimage of Hajj, which is one of the five fundamental pillars of the faith. Then there is also the recommended smaller pilgrimage Umrah, both require Muslims to travel to Makkah, a journey that is viewed as much a transformative experience as the actual pilgrimage itself – something Muslim traveler Ibn Battuta and even Victorian explorer Richard Burton wrote about in their memoirs.

2. The Prophet. Travel was openly encouraged by the Prophet Muhammad who, amongst other things, saw it as an essential way to seek knowledge. Much of the Prophet's formative years were spent travelling with his family's business caravans all over the Middle East. These travels later had a profound impact on his ability to respect differences with other cultures.

3. A travelling tradition. Muslims come from a long line of famous travelers transformed irreversibly by their experiences. This includes the world's most travelled man, Ibn Battuta who was born in Tangier, Morocco and travelled for 30 years after setting off for the Hajj in 1325. Muslim scholars also deemed it important to travel and often covered great distances to acquire knowledge like Muhammad al-Bukhari. There are many prophets who embarked on monumental spiritual journeys that transformed their character and strengthened their inner resolve. The most famous of these is Musa's journey (Moses) alongside al-Khidr.

4. The spirituality of Travel. "Be in this world as if you were a stranger or a traveler along a path", this is a popular hadith about attachment to the material world and it is therefore no surprise that every spiritual tradition in Islam (and most other

faiths) incorporates 'wandering' or 'travel' as part of the soul's training. The wisdom behind this is to encourage detachment to the material world, i.e. make it 'strange' to the spirit, and thereby develop a greater appreciation of the hereafter.

5. Love of God. Through travel we get to know God better, it's that simple. I have had some of my most spiritual moments staring out across a mountain range, a desert, lake, or even just humanity going about its daily existence. Travel makes the familiar unfamiliar to us and in doing so we come to better appreciate God's creation.

6. The death of ignorance and birth of humility. Nothing quite extinguishes ignorance like real life experiences. In an increasingly global world saturated by media, we find it easy to sit on one side of the world and judge people on the other. Using video, news articles and pictures it is easy to arrogantly believe we know a people or a place just by how media has represented them. Yet the very meaning of 'media' is that it is in the middle of reality and a mere representation of it. It is not the reality. Travel makes us see that actually we know very little.

7. Know thyself. Talk to anyone who has 'travelled', especially solo travelers and you will be blown away by their self-confidence, open-mindedness and how well they seem to know themselves. Travel creates a better you, because it takes you out of your comfort zone and forces you to ask questions about who you are, why you are and what you are. Travel allows you to cross examine yourself without the expectations of society, culture, religion and family. Those who have done this will tell you that nothing is more liberating than having only your own expectations.

8. Experience something 'new'. The world is an amazing place full of amazing experiences waiting to be had. In an age where travel is becoming increasingly cheap and methods of income 'on the road' to fund those travels, increasingly flexible, few excuses remain to not go and see the world at least once.

9. Appreciate what and who you have. We always take our parents, brothers, sisters and homes for granted but spend a few months on the road and then taste your mother's home cooking or listen to your father's boring stories of old. Come back after a month Euro-railing and see if your sister is actually as annoying as you thought or your older brother as overbearing as he seemed. 'Absence makes the heart fond' they say, but what that really means is you finally see what God has blessed you with.

10. Regain your faith in humanity. One day I am going to write a book about the kindness of strangers on my travels for those who were also born into a 'world' that seemed difficult to trust. I have had beautiful encounters with strangers all over the world and come to realize that actually people are amazing. I now know that the vast majority of human beings in the world are caring, wonderful and respectful people – the very embodiment of what it means to be 'human'.

11. Islamic history. There is so much Islamic history just waiting to be unearthed by travelling, like the discovery of a Muslim Dracula and the Latin island where the lingua franca is Arabic or the story of the Christian boy who grew up to rule the Ottoman empire. By travelling to places significant in Islamic history, whether it be Medina or Cordoba in Spain, we come closer to our roots, our past and our heritage. It is only by knowing where we came from, can we truly know where we are travelling to. (by Tharik Hussain, The Wandering Musulman)



I'm Screwed

The moment I first saw her
I knew my life had changed
The feel seems like forever
For this wild heart untamed

I can't get her off my mind
Not even in my sleep
I am restless all the time
And gets harder to breathe

Every time I wake up
To an early daybreak
I wished she is beside me
In my bed by the lake

But fate has more surprises
That left me harshly screwed
That lady have disguises
And once a brutal dude

Al-Aqsa Mosque (Bayt al-Muqaddas), Jerusalem

